



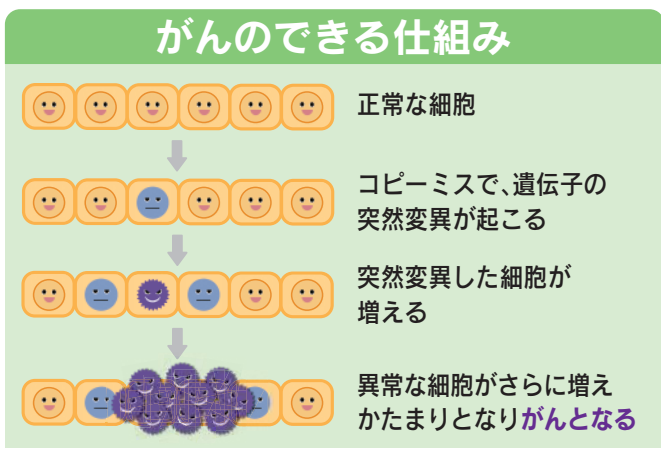
受けていますか？

がん検診



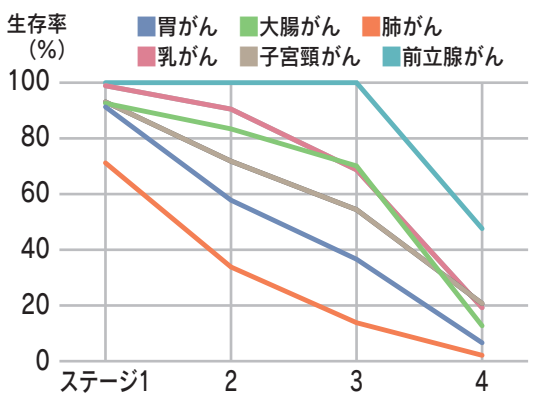
近年、がんは国民の2人に1人がかかり、3人に1人が亡くなる病気であるといわれています。そんな、多くの人の命を奪う「がん」に対して“不治の病気”であるという印象を持っている方も多いのではないのでしょうか？
 実は、医療技術の進歩により、早期発見すれば“治る病気”にもなりつつあります。がんを早期発見し、健康を守るため、がん検診を受けましょう。 ☎保健予防課検診指導係 TEL 42-7275 ✉ yobou@city.fukuroi.shizuoka.jp

保健予防課検診指導係 佃 真菜 保健師



がんってどんな病気？
 人間の体は約60兆個の細胞からできており、そのうち1%くらいは細胞が毎日死んでいくといわれています。減った細胞は細胞分裂により補われていきますが、この細胞分裂の際に「コピーミス」が起こり、遺伝子が突然変異したことから「死なない細胞」として残るものが「がん細胞」。この「がん細胞」が増え続けてかたまりとなったものが「がん」です。
 がんになると、痛みや倦怠感などの症状による身体的負担はもちろん、治療により経済的な負担が増加したり、強い副作用の影響で治療前と同じように日常生活を送ることができなくなったりする可能性があります。

がんの種類・進行度別 10年相対生存率



早期発見が長期生存のカギ
 昭和56年から日本人の死因第1位であるがんは、袋井市においても最も多い死因であり、不安に感じる方も多いのではないのでしょうか。
 しかし、国立がん研究センターの調査では、4段階のステージ(がんの進行度)中、最も早期のステージ1でがんが発見された場合は、90%以上の方が10年後も生存しているケースがあることが判明しました。この調査から、がんになっても長生きするためには、早期の発見・治療が重要であることがわかります。
 令和3年度に実施した市のがん検診では21人の方ががんが見つかり、私たちがとって身近な病気であることが伺えますが、検診を実施することで、がんだけでなく様々な病気の早期発見・早期治療につながっています。

(出典) 国立がん研究センターがん情報サービス「院内がん登録生存率集計」2009年診断例

がん検診を受けましょう

そこで、早期発見のために重要なのが「**がん検診**」です。早い段階でがんを発見するため、対象の年齢になったら定期的にがん検診を受けましょう。市では、6種類のがん検診を行っています。

▼市のがん検診

検診の種類 胃がん・大腸がん・肺がん・乳がん・子宮頸がん・前立腺がん

申込方法 氏名・生年月日・電話番号・希望する検診名を電話、Eメール、ホームページの申込フォームで（随時受付）。

◆会場・実施期間・検査内容・料金については、市ホームページまたは本紙6月号16ページをご覧ください。

◆気になる症状がある方は、検診を待たず、直接医師に相談してください。



市のがん検診の対象年齢

| 年齢(歳) | 20 | 30 | 40 | 50 | 60 | 70 | 80 | 90~ |
|-------|-------|----|-------|--------|-------|----|----|-----|
| 胃がん | | | | 40~79歳 | | | | |
| 大腸がん | | | | 40歳以上 | | | | |
| 肺がん | | | | 40歳以上 | | | | |
| 乳がん | | | 30歳以上 | | | | | |
| 子宮頸がん | 20歳以上 | | | | | | | |
| 前立腺がん | | | | | 50歳以上 | | | |

※年齢は、いずれも令和6年3月31日現在。乳がん・子宮頸がんは女性のみ、前立腺がんは男性のみ。

精密検査が必要と言われたら

がん検診で「がんの疑いがある」と診断された場合、指定の医療機関で精密検査を受けるよう案内があります。この段階で見つかるがんは、治癒可能なものが多いです。必要以上に恐れず、必ず精密検査を受診してください。

女性のみなさんへ

乳がんは自分で発見できます！

乳がんは体の表面近くに行けることが多く、自分で発見できる可能性もあります。

そこで、自分の乳房を意識した生活（ブレスト・アウェアネス）を心がけ、乳がんの早期発見につなげましょう。

ブレスト・アウェアネス

3つのポイント

① 日頃からくぼみ・たれ・内出血・しこりなどがないか、乳房のセルフチェックをする。

※チェック方法について、詳しくは認定NPO法人J・POSHのホームページをご覧ください。



② 乳房に変化があったら医療機関へ
③ 40歳になったら、2年に1回は乳がん検診を受診

自分の体を大切にしましょう

どんなことをするにも、健康であることが第一です。年に1度はがん検診を受けて、自分の体を振り返り、大切に作る1日を作ってください。

市民の皆さんに健康に過ごしていただくため、市では保健指導や栄養相談なども実施していますので、そちらもぜひご利用ください。



保健予防課検診指導係
ちずみ
守田 千純 保健師

その他の健診(検診)も受けましょう



どんな病気も、早期の発見・治療が大切です。積極的に健診(検診)を受け、健康を守りましょう。

袋井市特定健康診査(特定健診)

40~74歳の袋井市国民健康保険加入者が対象の、生活習慣病を早期発見するための健診で、身体測定や血圧測定、血液検査等の項目を調べます。生活習慣病で治療中の方や、定期的に通院している方にも受けていただきたい健診です。詳しくは、市ホームページまたは本紙6月号16ページをご覧ください。



総合検診

がん検診と市の特定健診を同日に同じ会場で行うことができる検診で、仕事や家事などで多忙な方にもおすすめです。詳しくは市ホームページまたは本紙6月号16ページをご覧ください。



ふくけん!健診

今年度は、40~74歳の国民健康保険加入者を対象に、市の特定健診の際に骨密度検査や運動機能検査等が無料で受けられる「ふくけん!健診ミニ」を実施。詳しくは、保健予防課検診指導係(TEL42-7275)までお問い合わせください。

また、令和6年2月には、対象を75~85歳の後期高齢者医療制度加入者にも拡大し、さらに多くの項目を受診できる「ふくけん!健診」を実施予定。詳しくは、秋頃に本紙でお知らせする予定です。